朝御飯

林芙美子

1

倫敦（ロンドン）で二ヶ月ばかり下宿住いをしたことがあるけれど、二ヶ月のあいだじゅう朝御飯が同じ献立だったのにはびっくりしてしまった。オートミール、ハムエッグス、ベーコン、紅茶、さすがに閉口してしまって、いまだにハムエッグスとベーコンを見ると胸がつかえそうになる時がある。

日本でも三百六十五日朝々味噌汁が絶えない風習だ。英国の朝食と云うのは、日本の味噌汁みたいに、三百六十五日ハムエッグスがつきものなのだろうか。但（ただ）し

倫敦のオートミールはなかなかうまいと思った。熱いうちにバタを溶いて食塩で食べたり、マアマレイドで味つけしたり、砂糖とミルクを混ぜて食べたりしたものだった。

巴里（パリ）では、朝々、近くのキャフェで三日月パン（クロバチン）の焼きたてに、香ばしいコオフィを私は愉（たの）しみにしていたものである。——朝御飯を食べすぎると、一日じゅう頭や胃が重苦しい感じなので、巴里的な朝飯は、一番私たちにはいいような気がする。

淹（い）れたてのコオフィ一杯で時々朝飯ぬきにする時があるが、たいていは、紅茶にパンに野菜などの方が好

き。このごろだったら、胡瓜をふんだんに食べる。胡瓜を薄く刻ざんで、濃い塩水につけて洗っておく。それをバタを塗ったパンに挟んで紅茶を添える。紅茶にはミルクなど入れないで、ウイスキーか葡萄酒を一、二滴まぜる。私にとってこれは無上のブレック・ファストです。

徹夜をして頭がモウロウとしている時は、歯を磨いたあと、冷蔵庫から冷したウイスキーを出して、小さいコップに一杯。一日が驚くほど活気を呈して来る。とくに真夏の朝、食事のいけぬ時に妙である。

夏の朝々は、私は色々と風変りな朝食を愉しむ。

「飯」を食べる場合は、焚きたての熱いのに、梅干をのせて、冷水をかけて食べるのも好き。春夏秋冬、焚きたてのキリキリ飯はうまいものです。飯は寝てる飯より、立ってる飯、つやのある飯、穴ぼこのある飯はきらい。子供の寝姿のように、ふっくり盛りあがって焚けてる飯を、櫃によそう時は、何とも云えない。味噌汁は煙草のみのひとにはいいが、私のうちでは、一ヶ月のうち、まず十日位しかつくらない。あとはたいてい、野菜とパンと紅茶。味噌汁や御飯を食べるのは、どうしても冬の方が多い。

これからはトマトも出さかる。トマトはビクトリア

と云う桃色なのをパンにはさむと美味（うま）い。トマトをパンに挟む時は、パンの内側にピーナツバタを塗って召し上れ。美味きこと天上に登る心地。そのほか、つくだ煮の類も、パンのつけ合せになかなかおつなものです。マアマレイドは、たいてい自分の家でつくる。

私は缶詰（かんづめ）くさいマアマレイドをあまり好かないので、買うときは瓶詰（びんづ）めを求めるようにしている。ありがたいことに、このごろ、酢漬けの胡瓜も、日本でうまく出来るようになったが、あれに辛子をちょっとつけて、パンをむしりながら砂糖のふんだんにはいった紅茶をすするのも美味い。そのほか私の発明でうまいと思っ

たものに、パセリの揚げたのをパンに挟むのや、大根の芽立てを摘んだつみな、夏の朝々百姓が売りに来るあれを、青々と茹でピーナツバタに和えてパンに挟む。御実験あれ。なかなかうまいものです。――梅雨時の朝飯は、何と云っても、口の切れるような熱いコオフィと、トオストが美味のような気がします。

朝々、バタだけはふんだんに召上れ。皮膚のつやがたいへんよくなります。外国では、バタをつかうこと日本の醤油の如くです。バタをけちけちしてる食卓はあまり好きません。――日曜日の朝などは、サアジンとトマトちしゃのみじんにしたのなどパンにもよく、

御飯にもいい。

朝々のお茶の類は、うんとギンミして、よきものを愉しむ舌を持ちたいものだ。茶の淹れかたも飯の焚きかたといっしょで心意気一つなり。コオフィにはなまぐさものの類、魚、野菜何でも似合わないような気がして、たいていの、ややこしい食事の時は紅茶にしている。但し、肉類をたべたあとの、つまり食後のコオフィはうまいものです。食事と茶と添う時は、まず紅茶の方だろうと思うけれど、如何（いかが）でしょう――。

このあいだ高見順さんの「霙降る背景」と云う小説を読んでいたら、郊外の待合（まちあい）で朝御飯を食べるところが描写してあった。なかなか達者な筆つきで、如何（いか）にも安待合の朝御飯がよく出ていたが、女主人公が、御飯と茶の味でその家の料理のうまいまずいがわかると云うところ、私もこれには同感だった。

私は方々（ほうぼう）旅をするので、旅の宿屋でたべる朝飯は、数かぎりもなく色々な思い出がある。まず悪口から云えば、いまでもはっきり思い出すのに、赤倉温泉に行って、香嶽楼と云う宿屋へ泊った時のことだ。ここは出

迎えの自動車もあって、一流の宿屋だときいたのだけれど、朝飯にふかし飯を出されて、吃驚してしまった。ちょうど五月頃の客のない時で御飯もいちいち炊けないのかも知れないけれど、二、三日泊っている間に、私は二、三度ふかし飯を食べさせられて女中さんに談判したことがある。どう云うせいなのか、これは三、四年前のことだのに、この無念さはいまだに思い出すのだから、食いものの恨みと云うものも、なかなか根強いものだと思う。——朝飯にかぎらず、食事のまずいのは東北。しかも樺太あたりに行くと、朝からなまぐさい料理を出される。

朝飯がうまかった思い出は、静岡の辻梅と云う旅館に泊った時だ。ここでは何よりもまず茶のうまいのが愉（たの）しい。京都の縄手（なわて）にある西竹と云う家も朝御飯がふっくり炊けていてうまかった。それから、もっとうまいのに、船の御飯がある。船に乗る度（たび）におもうのだけれど、大連（だいれん）航路の朝の御飯はつくづくうまいと感心している。船旅では朝のトーストもなかなかうまいものだ。

パンで思い出すのは、北京（ペキン）の北京飯店の朝のママアマレイド。これは誰が煮るのか、澄んだ飴色（あめいろ）をしていて甘くなく酸っぱくなく実においしい。

私はめったに友人の家へ泊ったことがないけれど、鎌倉の深田久弥（ふかだきゅうや）氏の家へ泊った時の朝御飯は、今でも時々、うまかったと思い出す。奥さんはみかけによらぬ料理好きで、ちょいちょいと短時間にうまいものをつくる才能があって、火鉢でじいじいと炒（い）ためてくれるハムの味、卵子（たまご）のむし方、香（こう）のもの、思い出して涎（よだれ）が出るのだから、よっぽど美味かったのに違いない。

私は、朝の肉は気にかからないが、朝から魚を出されるのは閉口。中国地の魚どころへ行くと、朝からしゃこの煮つけなんか出される。朝たべられる果物は軀（からだ）に金（きん）のような作用をするそうだけれども、全く、中

国地でありがたいものは、果物がふんだんにたべられること。私はこのごろ、朝々レモンを輪切りにして水に浮かして飲んでいるけれど運動不足の軀には大変いいように思う。いまごろだと苺（いちご）の砂糖煮もパンとつけあわせて美味いし、いんぎんのバタ炒（い）り、熱い粉（こ）ふき薯（いも）に、金沢のうにをつけて食べるのなど夏の朝々には愉しいものの一つだと思う。うには方々のを食べてみたけれど、金沢のうにが一番うまいと思った。これは朝々パンをトーストにして、バタのように塗って食べるのだけれど、これは、ちょっとうますぎる感じ。

——食べものの話になると、もっともっと書きたいの

だけれど一息やすませて貰って、そのうち、うまいものをたべある記でも書きましょう。

底本：「林芙美子随筆集」岩波文庫、岩波書店
　　　２００３（平成15）年２月14日第１刷発行
　　　２００３（平成15）年３月５日第２刷発行
底本の親本：「林芙美子全集」文泉堂出版
　　　１９７７（昭和52）年
　　　「林芙美子選集」改造社
　　　１９３９（昭和14）年
※底本は、物を数える際や地名などに用いる「ケ」（区点番号5-86）を、大振りにつくっています。
入力：土屋隆
校正：noriko saito

２００５年5月14日作成
青空文庫作成ファイル：
このファイルは、インターネットの図書館、青空文庫（http://www.aozora.gr.jp/）で作られました。入力、校正、制作にあたったのは、ボランティアの皆さんです。